

Lorenz SNACKS FOOD & DRINKS

Pikantes Granola

30 Minuten | 500g Granola

Zutaten:

- 120 g Haussalami im Ganzen
- 100 g Lorenz World Selection Salzmandeln
- 100 g Haferflocken
- 50 g Quinoa Pops
- 100 g Sonnenblumenkerne
- 1 TL Paprikapulver
- Etwas Chiligewürz
- Salz & Pfeffer
- 4 EL Kokosöl

Für die Joghurt-Bowl (1 Portion):

- 125 g Joghurt
- 125 g Sauerrahm
- Salz & Pfeffer
- Gurke, Rucola, Tomaten



Zubereitung:

Für das Granola: Die Salami fein würfeln und zur Seite stellen. Die Salzmandeln grob hacken. Alle trockenen Zutaten (bis auf die Salami) in einer Schüssel miteinander vermischen. Das Kokosöl schmelzen und über die trockenen Zutaten gießen. Alles gut miteinander vermischen.

Das pikante Granola auf ein mit Backpapier belegtes Blech streuen und im vorgeheizten Ofen bei 160 °C für 25 Minuten backen. Nach der Hälfte der Backzeit, die Salami-Würfel über das Granola verteilen und für die restliche Backzeit mitbacken.

Für die pikante Frühstücksbowl: Joghurt mit Sauerrahm glattrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Anschließend mit Rucola, Gurken, Tomaten und vier Esslöffel vom Pikanten Granola servieren.

TIPP: Für das pikante Granola können alle Arten von Kernen, Nüssen und Flocken verwendet werden.